

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	午 後	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午 前	
1 土	カレー焼きうどん 中華スープ ゼリー	ビスケット／うどん／ サラダ油／里芋／ごま 油／ゼリー／バーガー 皮／マヨドレ	ウインナー／あおのり ／かつお節普通牛乳／ 豚ロースハム	玉ねぎ／キャベツ／に んじん／もやし／だい こん／深ねぎ／レタス	牛乳 ハムバーガー ビスコ	1杯 - 505 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 3.8 g	
3 月	ツナピラフ 白身魚のピザ焼き トマトと胡瓜の甘酢和え 冬瓜スープ 梨	精白米／無塩バター／ 三温糖／薄力粉／サラ ダ油／ケチャップ	チーズ／ツナ／からす がれい／ピザ用チーズ ／鶏卵／普通牛乳	玉ねぎ／にんじん／と もろこし／にんにく／ ピーマン／トマト／ きゅうり／冬瓜／コー ン／梨／りんごジュ ース／南瓜	リンゴジュース ひまわりパン チーズ(スライス)	1杯 - 506 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 12.5 g 食塩相当量 2.3 g	
4 火	ご飯 しらすの佃煮 鶏天 春雨のレモン和え 味噌汁 (豆腐・玉ねぎ)	ビスケット／精白米／ 三温糖／ごま／天ぶら 粉／サラダ油／春雨／ バターロール	しらす／鶏肉／かつお 節／木綿豆腐／カット わかめ／合わせ味噌／ にぼし／飲むヨーグル ト／きな粉	きゅうり／にんじん／ コーン／レモン汁／玉 ねぎ	飲むヨーグルト きなこ揚げパン ビスケット	1杯 - 482 kcal たんぱく質 17.3 g 脂 質 10.8 g 食塩相当量 1.9 g	
5 水	カレーライス ツナサラダ バナナ	精白米／じゃが芋／サ ラダ油／マヨドレ／三 温糖／薄力粉／カレ ールウ	鶏肉／ツナ／普通牛乳	みかん (缶)／玉ねぎ ／にんじん／しめじ／ とろこし／しょうが ／にんにく／キャベツ ／コーン／バナナ	牛乳 クッキー みかん (缶)	1杯 - 504 kcal たんぱく質 14.9 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 0.7 g	
6 木	ご飯 ミートボール 胡瓜とツナの和え物 コンソメスープ	精白米／片栗粉／三温 糖／ごま油／薄力粉／ サラダ油／ケチャップ	豚ひき肉／ツナ／普通 牛乳／鶏卵／普通牛乳	バナナ／玉ねぎ／にん じん／きゅうり／キャ ベツ／コーン	牛乳 ホットケーキ バナナ	1杯 - 521 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 15.0 g 食塩相当量 1.4 g	
7 金	焼肉パスタ 春雨スープ ヨーグルト	スパゲティ／サラダ油 ／三温糖／ごま／春雨 ／精白米	チーズ／豚肉／ヨーグ ルト／飲むヨーグルト ／ワカメ	玉ねぎ／にんじん／ ピーマン／しめじ／に んにく／しょうが／乾 しいたけ／小ねぎ	飲むヨーグルト わかめおにぎり チーズ(スライス)	1杯 - 518 kcal たんぱく質 19.9 g 脂 質 11.4 g 食塩相当量 2.0 g	
8 土	鶏すき丼 ポテトサラダ リンゴゼリー	クラッカー／精白米／ しらたき／サラダ油／ 三温糖／じゃが芋／マ ヨドレ／ゼリー(リン ゴ)／ホットケーキ ミックス	鶏肉／かつお節／普通 牛乳／ウインナー	玉ねぎ／にんじん／え のきたけ／きゅうり／ コーン	牛乳 アメリカンドック クラッカー	1杯 - 499 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.2 g	
10 月	ご飯 あじの蒲焼き 切干大根の煮物 味噌汁 (南瓜・玉ねぎ)	パイ／精白米／片栗粉 ／三温糖／サラダ油／ ぎょうざの皮	鰯／油揚げ／ちくわ／ かつお節／カットわか め／合わせ味噌／にぼ し／普通牛乳	しょうが／にんじん／ 切干し大根／南瓜／玉 ねぎ／小ねぎ／バナナ	牛乳 パリパリ揚げバナナ パイ	1杯 - 513 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.8 g	
12 水	ご飯 鰯の西京焼き オクラの梅おかか和え 清汁 (じゃが芋・えのき)	マンナビスケット／精 白米／三温糖／じゃが 芋／食パン	鰯／合わせ味噌／かつ お節／かまぼこ／普通 牛乳	オクラ／にんじん／梅 干し／えのきたけ／乾 しいたけ／小ねぎ／い ちごジャム	牛乳 ジャムサンド マンナビスケット	1杯 - 507 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 13.9 g 食塩相当量 1.5 g	
13 木	ご飯 鶏肉とキャベツのツル煮 人参しりしり わかめスープ	ポーロ／精白米／春雨 ／ごま油／三温糖	鶏肉／ツナ／かつお節 ／カットわかめ／普通 牛乳／チーズ	キャベツ／にんじん／ にんにく／ピーマン／ 玉ねぎ／乾しいたけ／ 小ねぎ／オレンジ	牛乳 オレンジ チーズ(スライス) 栄養ポーロ	1杯 - 493 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.4 g	
14 金	タコライス フライドポテト コンソメスープ	ウエハース／精白米／ 三温糖／じゃが芋／サ ラダ油／薄力粉／粉糖 ／ケチャップ	豚ひき肉／飲むヨーグ ルト／鶏卵／普通牛乳	玉ねぎ／トマト (缶) ／レタス／キャベツ／ にんじん／コーン	飲むヨーグルト ドーナツ ウエハース	1杯 - 497 kcal たんぱく質 14.0 g 脂 質 10.7 g 食塩相当量 1.0 g	
15 土	ナポリタン たまごスープ オレンジゼリー	マンナビスケット／ス パゲティ／無塩バター ／片栗粉／ゼリー(オ レンジ)／じゃが芋／ マヨドレ／ケチャップ	豚肉／鶏卵／普通牛乳 ／ピザ用チーズ	にんじん／玉ねぎ／ ピーマン／乾しいたけ ／小ねぎ／コーン	牛乳 じゃが丸 マンナビスケット	1杯 - 522 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 18.6 g 食塩相当量 1.2 g	
17 月	ご飯 納豆和え 赤魚の塩麹焼き 切干大根のサラダ 味噌汁 (しめじ・玉ねぎ)	ビスケット／精白米／ ごま／マヨドレ／ごま 油／クラッカー	挽きわり納豆／しらす ／かつお節／赤魚／干 ひじき／カットわかめ ／合わせ味噌／にぼし ／普通牛乳	小ねぎ／切干し大根／ きゅうり／にんじん／ しめじ／玉ねぎ／パナ ナ	牛乳 バナナ クラッカー ビスケット	1杯 - 458 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 11.9 g 食塩相当量 1.7 g	
18 火	ビビンバ コーンサラダ わかめスープ	クラッカー／精白米／ ごま油／三温糖／ごま ／マヨドレ	牛肉／カットわかめ／ 飲むヨーグルト／普通 牛乳／ゼラチン	しょうが／ほうれん草 ／もやし／にんじん／ コーン／玉ねぎ／乾し いたけ／小ねぎ／レモ ン汁	飲むヨーグルト ミルクカルピスゼリー クラッカー	1杯 - 481 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 1.3 g	
19 水	ご飯 鶏肉のトマトチーズ焼き 枝豆ポテト コンソメスープ	精白米／三温糖／サラ ダ油／じゃが芋／無塩 バター／薄力粉	鶏肉／ピザ用チーズ／ ウインナー／普通牛乳 ／鶏卵／普通牛乳	パイナップル (缶)／ トマト／えだまめ／ キャベツ／玉ねぎ／に んじん／コーン／いち ごジャム	牛乳 いちごのマフィン パイナップル (缶)	1杯 - 498 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 1.1 g	
月 平 均 栄 養 価				エネルギー	468 kcal	タンパク質 18.4 g	
				脂 質	13.7 g	食塩相当量 1.6 g	

令和8年

8月分

3歳未満児献立表

福岡キャナル保育園 2ページ

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄養価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
20 木	ご飯 いりこの佃煮 豚肉の生姜焼き 白和え 味噌汁（じゃが芋・えのき）	精白米／三温糖／ごま ／サラダ油／しらたき ／じゃが芋／パンプキンパン	かえりちりめん／豚肉 ／木綿豆腐／合わせ味噌 ／カットわかめ／にぼし ／普通牛乳	オレンジ／玉ねぎ／ しょうが／ほうれん草 ／にんじん／えのきたけ ／小ねぎ	牛乳 パンプキンパン オレンジ	エネルギー たんぱく質	489 kcal 21.0 g
21 金	ご飯 鶏肉の香味焼き 南瓜サラダ 味噌汁（豆腐・もやし）	精白米／ごま油／マヨ ドレ	鶏肉／木綿豆腐／カッ トわかめ／合わせ味噌 ／にぼし／普通牛乳 ／加糖ヨーグルト／きな粉	白桃（缶）／小ねぎ／ にんにく／しょうが／ 南瓜／きゅうり／にん じん／コーン／もやし	牛乳 きなこヨーグルト 白桃（缶）	エネルギー たんぱく質	479 kcal 20.4 g
22 土	ご飯 厚揚げのホイコーロー ほうれん草ソテー 味噌汁（おふ・油揚げ）	ウエハース／精白米／ 油揚げ／ごま油	普通牛乳／厚揚げ豆腐 ／鶏ミンチ	ほうれん草／とうもろ こし／にんじん／白菜 ／ニラ／みかん缶	牛乳 カップゼリー（オレンジ） ウエハース	エネルギー たんぱく質	459 kcal 14.5 g
24 月	ご飯 鮭の南蛮漬け ほうれん草のごま和え 味噌汁（里芋・冬瓜）	精白米／三温糖／ごま ／里芋／プリン／ク ラッカー	チーズ／鮭／かつお節 ／カットわかめ／合わ せ味噌／にぼし／飲む ヨーグルト／ホイップ クリーム	にんじん／玉ねぎ／ ピーマン／ほうれん草 ／冬瓜／小ねぎ	飲むヨーグルト プリン クラッカー チーズ（スライス）	エネルギー たんぱく質	507 kcal 27.1 g
25 火	中華丼 たまごスープ オレンジ	精白米／ごま油／片栗 粉／ホットドック皮 ／サラダ油／カレー粉	豚肉／鶏卵／飲むヨー グルト／豚ひき肉／牛 ひき肉	バナナ／はくさい／に んじん／玉ねぎ／乾し いたけ／小ねぎ／オレ ンジ／ピーマン	飲むヨーグルト カレーサンド バナナ	エネルギー たんぱく質	502 kcal 17.4 g
26 水	けんちんうどん キャベツのなめたけ和え ヨーグルト	ウエハース／うどん／ 里芋／精白米／ごま	鶏肉／油揚げ／かつお 節／ヨーグルト／普通 牛乳	だいこん／にんじん／ ごぼう／小ねぎ／キャ ベツ／なめたけ	牛乳 おかかおにぎり ウエハース	エネルギー たんぱく質	490 kcal 18.8 g
27 木	ご飯 タンドライーチキン マカロニサラダ 味噌汁（南瓜・えのき）	精白米／マカロニ／マ ヨドレ／カレー粉	鶏肉／無糖ヨーグルト ／カットわかめ／合わ せ味噌／にぼし／普通 牛乳／チーズ	黄桃（缶）／しょうが ／にんにく／きゅうり ／にんじん／コーン ／南瓜／えのきたけ／小 ねぎ／梨	牛乳 梨 チーズ（スライス） 黄桃（缶）	エネルギー たんぱく質	482 kcal 19.6 g
28 金	ご飯 ホイコーロー ほうれん草のおかか和え 中華スープ	クラッカー／精白米／ ごま油／三温糖／薄力 粉／黒砂糖／無塩パ ター	豚肉／赤味噌／かつお 節／飲むヨーグルト ／きな粉／鶏卵／普通 牛乳	キャベツ／にんじん ／玉ねぎ／ピーマン ／ほうれん草／乾しいたけ ／小ねぎ	飲むヨーグルト きなこ蒸しパン クラッカー	エネルギー たんぱく質	482 kcal 18.8 g
29 土	ミートソーススパゲティ カレーポテトサラダ	ボーロ／じゃが芋／ピ スケット／スパゲティ	普通牛乳／豚ひき肉 ／ホイップクリーム	にんじん／玉ねぎ／と うもろこし	牛乳 マリービスケットアイス 栄養ボーロ	エネルギー たんぱく質	123 kcal 4.4 g
31 月	ご飯 鮭の照り焼き 春雨サラダ 味噌汁（トマト・南瓜）	マンナビスケット／精 白米／春雨／三温糖 ／ごま／ごま油／薄力粉 ／サラダ油	鮭／カットわかめ／合 わせ味噌／にぼし／普 通牛乳／鶏卵／普通牛 乳	しょうが／きゅうり ／にんじん／きくらげ ／トマト／南瓜／小ねぎ ／ほうれん草	牛乳 ほうれん草ケーキ マンナビスケット	エネルギー たんぱく質	524 kcal 24.3 g
		月平均栄養価			エネルギー 脂 質	たんぱく質	468 kcal 13.7 g
						食塩相当量	18.4 g 1.6 g



- ♡ 3日(月)は、お誕生日メニューです
- ♡ マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風調味料です
- ♡ 食材の仕入れにより、内容が変更になる場合があります

